

GIZI DAN LUKA PERINEUM: STUDI TENTANG KECEPATAN PEMULIHAN PADA IBU NIFAS DI KABE, PAPUA SELATAN

Yosefina Lota Losor¹⁾, Amanda Via Maulinda²⁾, Ferry Rachmawatie³⁾ Irfana Tri Wijayanti⁴⁾

^{1,2,3,4}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati

Email: yosefinlosor@gmail.com

ABSTRAK

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tergolong tinggi dibandingkan negara-negara ASEAN lainnya. Salah satu penyebab komplikasi pada masa nifas adalah infeksi akibat luka perineum yang sering terjadi saat persalinan, baik karena tindakan episiotomi maupun laserasi spontan. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Kabe, Provinsi Papua Selatan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian mencakup seluruh ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kabe dengan teknik *total sampling*, sehingga diperoleh 30 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, dan analisis data menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas dan kecepatan penyembuhan luka perineum, dengan nilai korelasi 0,710 dan $p < 0,005$. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik pemenuhan nutrisi ibu nifas, semakin cepat proses penyembuhan luka perineum. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan penyuluhan mengenai pentingnya asupan nutrisi seimbang bagi ibu nifas guna mempercepat pemulihan pascapersalinan.

Kata Kunci: Ibu Nifas, penyembuhan luka perineum, pemenuhan nutrisi

ABSTRACT

The Maternal Mortality Rate (MMR) in Indonesia remains high compared to other ASEAN countries. One contributing factor to postpartum complications is infection caused by perineal wounds, which commonly occur during childbirth due to episiotomy or spontaneous laceration. This study aims to determine the relationship between postpartum maternal nutrition fulfillment and the speed of perineal wound healing in the working area of Kabe Community Health Center, South Papua Province. This research employed a descriptive analytic approach with a cross-sectional design. The population included all postpartum mothers in the area, with a total sampling technique resulting in 30 respondents. Data were collected through questionnaires and analyzed using the Spearman Rank test. The results showed a significant relationship between postpartum maternal nutrition fulfillment and the speed of perineal wound healing, with a correlation value of 0.710 and $p < 0.005$. It can be concluded that better nutritional fulfillment leads to faster wound healing. Therefore, it is necessary to enhance education on the importance of adequate nutrition for postpartum mothers to accelerate recovery after childbirth.

Keywords: Nutritional fulfillment, perineal wound healing, postpartum mother

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu di negara Indonesia tergolong cukup tinggi dibandingkan dengan Negara –negara ASEAN lainnya. Pada survey Demografi kesehatan Indonesia (SDKI), yaitu sebesar 228 per 100.000 kelahiran hidup. Dengan AKI 228/100.000 KH berarti ada 9.774 ibu meninggal pertahun atau 1 ibu meninggal tiap jam oleh sebab yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas (SDKI,2007). Penyebab AKI terbesar ibu sebesar 90% terjadi pada saat persalinan. Penyebab langsung kematian ibu adalah perdarahan (28%), eklamsia (24%) dan infeksi (11%) (SKRT).

Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2023 (LAKIP 2023) menyebutkan bahwa rata-

rata nasional AKI adalah 189 per 100.000 kelahiran hidup, dengan target nasional tahun 2024 sebesar 183 %. Terdapat dokumen Laporan Kinerja 2024 (LAKIP 2024) dari Kemenkes yang kemungkinan mencakup distribusi AKI per provinsi untuk Triwulan I 2024, termasuk Papua. Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan bahwa berdasarkan data Sensus Penduduk Long Form 2020, AKI untuk Papua sebesar 565 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2023).

Kematian ibu penyebab lain yakni infeksi. Salah satu penyebabnya infeksi adalah luka perineum pada saat persalinan(Bahiyatun, 2017). Luka perineum yakni trauma yang sering

dialami oleh wanita dalam proses persalinan. Luka perineum dapat disebabkan oleh tindakan episiotomi dan terjadinya laserasi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Penyembuhan luka pada perineum membutuhkan waktu yang tidak singkat bahkan bila perawatan yang dilakukan tidak benar menyebabkan infeksi dan penyembuhan bisa berlangsung lebih lama (Saleha, 2016)

Banyak factor yang mempengaruhi kecepatan penyembuhan luka perineum diantaranya mobilisasi dini, vulva hygiene, luas luka, umur, vaskularisasi, stressor dan juga nutrisi (Mochtar, 2019). Pada ibu nifas, makanan yang bergizi dan sesuai porsi akan menyebabkan ibu dalam keadaan sehat dan segar. Luka dikatakan sembuh jika dalam 1 minggu kondisi luka kering, menutup dan tidak ada tanda-tanda luka infeksi (Wulandari, 2018). Makanan yang bergizi akan mempercepat masa penyembuhan luka perineum. Bila gizi ibu nifas tidak terpenuhi maka proses penyembuhan luka perineum menjadi lebih lama (Suherni, 2017). Kebutuhan Gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein. (Smeltzer & Bare, 2018).

Menu makan seimbang yang harus dikonsumsi ibu nifas adalah porsi cukup dan teratur, tidak terlalu asin, pedas atau berlemak tidak mengandung alkohol, nikotin serta bahan pengawet atau pewarna (Arisman, 2019). Disamping itu harus mengandung : zat gizi sebagai sumber karbohidrat terdiri dari beras, sagu, jagung, tepung terigu dan ubi. Sedangkan zat lemak dapat diperoleh dari hewani (lemak, mentega, keju) dan nabati (kelapa sawit minyak sayur, minyak kelapa dan margarine) sumber protein dapat diperoleh dari protein hewani (ikan, udang, kerang, kepiting, daging, ayam, hati, telur susu, dan keju) dan protein nabati (kacang tanah, kacang merah, kacang hijau, kedelai, tahu dan tempe) (Sumarah, 2017). Sumber protein terlengkap terdapat dalam susu, telur, dan kaju, ketiga makanan tersebut juga mengandung zat kapur, zat besi dan vitamin B. Sumber zat pengatur dan pelindung biasa diperoleh dari semua jenis sayuran dan buah-buahan segar (Sulistiyawati, 2018).

Menurut Sulistiyawati, (2018) pemenuhan kebutuhan nutrisi bukan hanya memerhatikan jumlah yang dikonsumsi, melainkan juga memerhatikan zat gizi yang mesti dipenuhi, jenis nutrisi tersebut meliputi : Karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin.

Berdasarkan data studi pendahuluan pada kunjungan ibu nifas di Wilayah kerja Puskesmas Kabe terdapat kunjungan ibu nifas sebanyak 12 ibu nifas yang mempunyai riwayat persalinan dengan luka perineum. Dari 12 orang ibu nifas tersebut 7 orang tidak melakukan pemenuhan nutrisi dengan baik, ibu melakukan pantang makan sehingga pemenuhan nutrisi tidak tercukupi dengan baik, ibu hanya makan dengan lauk tahu, tempe, ibu tidak mengkonsumsi makanan dari protein hewani (ikan, telur, daging, hati dll) karena akan membuat daerah alat genitalia gatal, kondisi luka sedikit basah belum menutup, tidak ada tanda-tanda infeksi dan mengalami proses penyembuhan luka perineum dalam 10 hari. Sedangkan 5 orang lainnya sudah melakukan pemenuhan nutrisi dengan baik yaitu tidak melakukan pantangan makan selama nifas makan dengan menu (nasi, ikan, sayur) dan tidak membatasi jumlah minum, kondisi luka kering sudah menutup dan tidak ada tanda-tanda infeksi dan semuanya mengalami penyembuhan luka perineum dalam 6 hari. Dari data di atas dapat diketahui bahwa masih kurangnya kebutuhan nutrisi pada ibu nifas seperti Karbohidrat, Protein, Lemak, dan Vitamin.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan. Penelitian ini bertujuan secara umum untuk mengetahui hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pemenuhan nutrisi pada ibu nifas, mengetahui kecepatan penyembuhan luka perineum, serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul " Hubungan Pemenuhan Nutrisi Ibu Nifas Dengan Kecepatan Penyembuhan Luka Perineum di BPS Setyowati Desa Trimulyo Kecamatan Kayen Kabupaten Pati"

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik korelatif dengan desain *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas (variabel bebas) dan kecepatan penyembuhan luka perineum (variabel terikat) di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi

Papua Selatan(Sugiyono, 2019). Populasi penelitian adalah seluruh ibu nifas yang mengalami luka perineum sebanyak 30 orang, dengan teknik total sampling sehingga seluruh populasi dijadikan sampel. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan uji *Pearson's Product Moment* dan *Cronbach Alpha* ($>0,60$)(Notoatmodjo, 2018). Data dikumpulkan melalui kuesioner primer dan data sekunder dari instansi terkait. Proses pengolahan data meliputi *editing, coding, scoring*, tabulasi, dan entry data, sedangkan analisis data dilakukan dalam dua tahap, yaitu analisis univariat untuk

menggambarkan distribusi tiap variabel dan analisis bivariat menggunakan uji *Rank Spearman* guna menguji hubungan antara pemenuhan nutrisi dan kecepatan penyembuhan luka perineum(Nursalam, 2020). Hasil analisis diharapkan memberikan gambaran empiris tentang pentingnya pemenuhan nutrisi dalam mempercepat proses penyembuhan luka pada ibu nifas serta menjadi dasar dalam penyusunan program peningkatan kesehatan ibu pasca persalinan. Penelitian ini memperhatikan etika penelitian melalui *informed consent*, anonimitas, dan kerahasiaan data responden.

HASIL

1. Analisis Univariat

Analisa univariat bertujuan menjelaskan atau mendiskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian (Notoatmojo, 2018). Analisa univariat dalam penelitian ini dilakukan dengan

menggunakan tabel distribusi frekuensi untuk mengetahui hubungan variabel penelitian yang meliputi pemenuhan nutrisi.

a. Pemenuhan nutrisi oleh Ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Pemenuhan Nutrisi Oleh Ibu Nifas di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan

Pemenuhan Nutrisi	Frekuensi	Prosentase (%)
Kurang	7	23.3
Cukup	16	53.7
Baik	7	23.3
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 1 terdapat sebagian besar ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi adalah cukup yaitu sebanyak 16 (53,3%) responden, ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi kurang

sebanyak 7(23,3%) responden dan ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi baik sebanyak 7 (23,3%) responden..

b. Kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan

Tabel 2
Distribusi Frekuensi kecepatan penyembuhan luka perineum Di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase (%)
Lambat	10	33.3
Normal	13	43.3
Cepat	7	23.3
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa kecepatan penyembuhan luka perineum oleh ibu nifas sebagian besar normal yaitu sebanyak 13 (43.3%)responden, responden yang lambat

sebanyak 10 (33,3%)responden. Dan responden yang penyembuhannya cepat sebanyak 7 (23,3%)responden.

2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi (Notoatmojo, 2018). Analisa bivariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antara variabel independent

(pemenuhan nutrisi) dan variabel dependent (kecepatan penyembuhan luka perineum). Analisa data yang digunakan adalah uji “rank spearman” karena variabel yang yang dikorelasikan berbentuk skala ordinal.

Tabel 3
Hubungan pemenuhan nutrisi oleh ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan

Pemenuhan Nutrisi Ibu Nifas	Kecepatan Penyembuhan Luka Perineum						Total	
	Lambat		Normal		Cepat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Kurang	6	20	1	3,3	0	0	7	23,3
Cukup	3	10	12	40	1	3,3	16	53,3
Baik	1	3,3	0	0	6	20	7	23,3
Total	10	33,3	13	43,3	7	23,3	30	100

$P = 0,000 (< 0,05)$

Berdasarkan tabel 3 diketahui hasil bahwa 7 (23,3%) responden yang memiliki pemenuhan nutrisi kurang relative kecepatan penyembuhan lukannya lambat, dari 16 (53,3%) responden yang memiliki pemenuhan nutrisin cukup kecepatan penyembuhan lukannya normal, 7 (23,3%) responden yang pemenuhan nutrisinya baik memiliki kecepatan penyembuhan luka normal.

Hasil uji statistik dengan *spearman rank* didapatkan hasil nilai ρ hitung sebesar 0,710

dengan kategori korelasi sangat kuat. Dan diperoleh hasil signifikan sebesar 0,000. Jika hasil signifikan lebih dari 0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Cukupkan jika hasil signifikan kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan ”Ada hubungan yang signifikan antara pemenuhan nutrisi oleh ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan”.

PEMBAHASAN

1. Pemenuhan nutrisi pada ibu nifas

Sebagian besar ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi adalah cukup yaitu sebanyak 16 (53,3%) responden, ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi kurang sebanyak 7(23,3%) responden dan ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi baik sebanyak 7 (23,3%).

Menu makan yang sesuai yang harus dikonsumsi ibu nifas adalah porsi cukup juga teratur, tidak berlebihan rasa asin, pedas atau berlemak tidak terdapat kandungan alkohol, nikotin serta bahan pengawet atau pewarna. Sebaiknya mengandung : zat gizi sebagai sumber karbohidrat terdiri dari beras, sagu, jagung, tepung terigu dan ubi. Sedangkan zat lemak dapat diperoleh dari hewani (lemak, mentega, keju) dan nabati (kelapa sawit minyak sayur, minyak kelapa dan margarine) sumber protein dapat diperoleh dari protein hewani (ikan, udang, kerang, kepiting, daging, ayam, hati, telur susu, dan keju) dan protein nabati (kacang tanah, kacang merah, kacang hijau, kedelai, tahu dan tempe). Sumber protein terlengkap terdapat dalam susu, telur, dan kaju,

ketiga makanan tersebut juga mengandung zat kapur, zat besi dan vitamin B. Sumber zat pengatur dan pelindung biasa diperoleh dari semua jenis sayuran dan buah-buahan segar (Anggraini, 2018).

Sebagian besar ibu nifas pemenuhan nutrisinya cukup, karena tidak semua ibu nifas pemenuhan nutrisinya kurang. Hal ini di karenakan ibu sudah melakukan pemenuhan nutrisi dengan baik yaitu tidak melakukan pantang makan selama nifas ibu makan dengan menu (nasi, ikan, sayur) ibu makan dua kali dari porsi ibu hamil, ibu makan dalam 3-4 kali sehari dan tidak membatasi jumlah minum.

2. Penyembuhan Luka Perineum

Kecepatan penyembuhan luka perineum oleh ibu nifas sebagian besar normal yaitu sebanyak 13 (43.3%) responden, responden yang lambat sebanyak 10 (33,3%) responden. Dan responden yang penyembuhannya cepat sebanyak 7 (23,3%) responden.

Penyembuhan luka yakni suatu proses penggantian jaringan yang mati atau rusak dengan jaringan baru dan sehat oleh tubuh dengan jalan regenerasi. Luka sembuh apabila

permukaanya dapat bersatu kembali dan didapatkan kekuatan jaringan yang mencapai normal (Prawirohardjo, 2016). Luka pada jalan lahir seperti bekas episiotomi yang telah dijahit, luka pada vagina dan servik, umumnya (bila tidak seberapa luas) akan sembuh dalam waktu 6-7 hari bila tidak disertai infeksi (Mochtar, 2019).

Sebagian besar ibu nifas mengalami penyembuhan luka perineum normal 13(43.3%). Hal ini dikarenakan ibu sudah mengkonsumsi makanan yang bergizi dan sesuai porsi serta ibu melakukan vulva hygiene, dan mobilisasi dini, makanan yang bergizi akan mempercepat penyembuhan luka perineum.

3. Hubungan Pemenuhan nutrisi dengan kecepatan penyembuhan luka perineum

Hal ini dilihat hasil uji statistik dengan menggunakan sperman rank menunjukkan adanya hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan dengan nilai korelasi 0,710 dan juga nilai p lebih kurang dari 0,005 berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Makanan yang bergizi dan sesuai porsi untuk ibu nifas akan menyebabkan ibu dalam keadaan sehat dan segar, bila gizi ibu nifas tidak terpenuhi, maka proses penyembuhan luka perineum menjadi lebih lama. Kebutuhan gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein (smeltzer, 2018). Luka dikatakan sembuh jika dalam 1 minggu kondisi luka kering, menutup dan tidak ada tanda-tanda luka infeksi. Makanan yang bergizi akan mempercepat masa penyembuhan luka perineum. Bila gizi ibu nifas tidak terpenuhi maka proses penyembuhan luka perineum menjadi lebih lama. Kebutuhan Gizi terutama protein sangat mempengaruhi proses penyembuhan luka perineum karena penggantian jaringan sangat membutuhkan protein. (Smeltzer, 2018).

Pada ibu nifas sebagian besar mengalami pemenuhan nutrisi yang baik yaitu porsi sesuai dan cukup, asin tidak berlebihan, pedas atau berlemak tidak ada kandungan alkohol, nikotin serta bahan pengawet maupun pewarna. Disamping itu harus mengandung : zat gizi sebagai sumber karbohidrat terdiri dari beras, sagu, jagung, tepung terigu dan ubi. Sedangkan zat lemak dapat diperoleh dari hewani (lemak, mentega, keju) dan nabati (kelapa sawit minyak sayur, minyak kelapa dan margarine) sumber

protein dapat diperoleh dari protein hewani (ikan, udang, kerang, kepiting, daging, ayam, hati, telur susu, dan keju) dan protein nabati (kacang tanah, kacang merah, kacang hijau, kedelai, tahu dan tempe). Sumber protein terlengkap terdapat dalam susu, telur, dan kaju, ketiga makanan tersebut juga mengandung zat kapur, zat besi dan vitamin B. Sumber zat pengatur dan pelindung biasa diperoleh dari semua jenis sayuran dan buah-buahan segar, dan penyembuhan luka perineum dalam batas normal, dikarenakan sudah ada penyuluhan tentang bagaimana pentingnya pemenuhan gizi terhadap penyembuhan luka perineum. Kebutuhan gizi protein sangat mempengaruhi penyembuhan luka perineum

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Hasil penelitian di BPS Erna Setyawati Lasem menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu nifas dengan kecepatan penyembuhan luka perineum ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Kabe Provinsi Papua Selatan Dengan koefisiensi korelasi 0,710 dan juga nilai p lebih kurang dari 0,005.

Saran

disarankan untuk peneliti berikutnya menggunakan lebih banyak literatur terbaru terkait pemenuhan nutrisi pada ibu nifas agar hasil penelitian lebih akurat dan relevan. Penelitian lanjutan juga diharapkan memperhatikan faktor lain yang dapat memengaruhi kecepatan penyembuhan luka perineum, seperti perawatan luka, dukungan keluarga, dan kondisi psikologis ibu, sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif dan dapat memberikan kontribusi yang lebih besar bagi peningkatan pelayanan kesehatan ibu nifas.

Anggraini, Y. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas* (revisi). Pustaka Rihama.

Arisman, M. B. adi. (2019). *Gizi dalam Daur Kehidupan* (revisi). EGC.

Bahiyatun. (2017). *Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. EGC.

Kemenkes. (2023). KMK RI No HK.01.7/Menkes/2015/2023/ tentang Petunjuk Teknis Integrasi Pelayanan Kesehatan Primer. In *Kemenkes RI* (pp. 1–19).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Kemenkes RI.
- Mochtar, R. (2019). *Sinopsis Obstetri* (4th ed.). EGC.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan* (P. P. Lestari (ed.)).
- Prawirohardjo, S. (2016). *Ilmu Kebidanan* (4th ed.). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saleha, S. (2016). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Salemba Medika.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2018). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (14th ed.). Wolters Kluwer Health.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Suherni. (2017). *Perawatan Masa Nifas*. Fitramaya.
- Sulistiyawati, A. (2018). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Andi Offset.
- Sumarah, dkk. (2017). *Perawatan Ibu Bersalin*. Fitramaya.
- Wulandari, D. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Nuha Medika.